

Prato cheio, prato vazio: comida e demência

Para pregar na geladeira. Recusar comida ou não parar de comer não é birra nem gula: é sintoma.

1º. Mudou de repente? Em horas ou poucos dias, com sonolência ou confusão? Pode ser **delirium** (confusão aguda por doença do corpo). Procure atendimento no mesmo dia.

2. Procure primeiro a causa tratável

- **Boca:** dente com dor, dentadura frouxa, aftas, sapinho.
- **Engasgo ou tosse** ao comer.
- **Intestino preso**, dor, infecção, pouca água.
- **Tristeza ou apatia.**
- **Remédio novo:** alguns tiram o apetite, outros aumentam.
- **Pese a cada 2 semanas**, na mesma balança, e anote.

3. Come de menos

- **Mesmo horário e lugar**, sem televisão.
- **Prato pequeno e simples**, de cor que contraste com a comida.
- **Comida da história** da pessoa.
- **Coma junto.**
- Várias refeições pequenas; lanches de pegar com a mão.
- **Se vira o rosto, pare;** espere e ofereça de novo.
- Ofereça líquidos: água, suco, sopa, gelatina, fruta.

4. Come demais

- **Horários fixos** e lanches combinados.
- **Prato montado na cozinha;** sem travessas na mesa.
- Fruta cortada à vista; **doces em armário alto.**
- Trava na despensa só se preciso, sem humilhar.
- **Ocupe as mãos:** dobrar roupa, descascar, álbum.
- **Devagar:** talher e pedaços pequenos.
- Guarde sabão, plantas e produtos de limpeza.

5. Em vez de... experimente

Em vez de

Experimente

"Você acabou de comer!"	"Vamos tomar um café? Daqui a pouco tem o lanche."
"Come, senão eu fico triste."	"Fiz o seu prato preferido. Quer experimentar um pedacinho?"
"Abre a boca!"	Parar, esperar, oferecer de novo depois.
"Não pode comer isso!"	"Olha esta fruta bem docinha."

6. Atenção

- **Insulina ou remédio para diabetes** e não lembra se comeu? Fale com o médico sobre o esquema.
- **Mexe no que não é comida?** Guarde fora do alcance e avise o médico.
- Não esconda remédio na comida sem avisar o médico.

7. Leve à consulta

- Quando mudou: de repente ou aos poucos?
- O que come em um dia, por 3 dias.
- Pesos, com as datas.
- Engasgos, dor na boca, prótese solta.
- Remédios novos ou trocados.
- Formulários em **cognisa.med.br**: Estou Comendo Bem?, MAN, NPI-Q.

Procure atendimento: perda de 5% do peso em 1 mês ou 10% em 6 meses, recusa de água, engasgos frequentes, ou piora súbita.

SAMU 192 · Ambulância particular: _____

Meu médico: _____ Telefone: _____